

## Si una pandemia grave llega a azotar a los Estados Unidos, nuestra vida diaria podría verse afectada gravemente.

Podría ser necesario cerrar negocios y escuelas. Tal vez habría limitaciones para viajar. Los servicios gubernamentales esenciales, incluidos el desecho de drenaje y basura, suministro de agua, electricidad y servicios sociales, podrían verse interrumpidos, así como el suministro de alimentos. Asimismo, podría ser necesario cancelar las reuniones públicas, incluidos los servicios religiosos.



Si los Estados Unidos debe hacer frente a esta amenaza, todos los grupos de nuestra sociedad deben ser informados y estar preparados. Las organizaciones religiosas y comunitarias desempeñan un papel especialmente importante. Como vimos después del huracán Katrina, mucha gente recurre a las organizaciones religiosas y comunitarias en busca de ayuda y consuelo en caso de una emergencia de salud. También es posible que su organización sea llamada para colaborar directamente con los organismos gubernamentales y funcionarios de la salud a fin de proteger al público si se presenta una gripe pandémica.

Sin embargo, justo cuando sus servicios sean más solicitados, es posible que su capacidad para brindar ayuda se vea limitada porque muchos de sus empleados o voluntarios no puedan trabajar. Tal vez estén enfermos o atendiendo a familiares enfermos, o quizá tengan miedo de contagiarse con la gripe de los demás. Los funcionarios de la salud pública proyectan una tasa de ausentismo acumulativo de entre el 25 y el 30 por ciento por tres o cuatro meses durante el brote de una gripe pandémica. Esto podría interrumpir o incluso cerrar sus operaciones.

### Para ayudarlo a hacer frente al problema, este folleto ofrece instrucciones acerca de cómo las organizaciones religiosas y comunitarias pueden:

- Prepararse para una gripe pandémica con el fin de mantener la continuidad de las operaciones y los servicios.
- Colaborar con los funcionarios de la salud para minimizar los trastornos de organización.
- Alentar a las congregaciones a quienes brindan sus servicios y a sus voluntarios y empleados a tomar precauciones de sentido común para prevenir la propagación de la gripe.

#### Más información disponible en:

|  |   |
|--|---|
| <a href="http://www.lapublichealth.org">www.lapublichealth.org</a> | Departamento de Salud Pública del condado de Los Angeles              |
| <a href="http://www.dhs.ca.gov">www.dhs.ca.gov</a>                 | Departamento de Servicios de Salud de California                      |
| <a href="http://www.cdc.gov">www.cdc.gov</a>                       | Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE.UU. |
| <a href="http://www.pandemicflu.gov">www.pandemicflu.gov</a>       | Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU.               |
| <a href="http://www.who.org">www.who.org</a>                       | Organización Mundial de la Salud                                      |
| <a href="http://www.redcross.org">www.redcross.org</a>             | Cruz Roja Estadounidense  |



Un agradecimiento especial a Trust for America's Health por la elaboración de este folleto.

Cada invierno, en Estados Unidos se presenta una gripe de temporada que mata a cerca de 36,000 estadounidenses y hospitaliza a más de 200,000. Si bien eso es terrible, los expertos en salud advierten ahora sobre un tipo de gripe mucho más letal: una gripe pandémica que podría matar a más de medio millón de estadounidenses, hospitalizar a más de dos millones, costar a nuestra economía una asombrosa cantidad entre \$70,000 y \$160,000 millones en productividad perdida y gastos médicos directos, y que afectaría prácticamente a todas las comunidades.

A los funcionarios de la salud les preocupa particularmente el virus aviar H5N1 de la "gripe aviar" que podría mutar a una nueva cepa de gripe contra la cual los seres humanos no tienen inmunidad natural. La Organización Mundial de la Salud advierte que dicha pandemia de gripe aviar podría infectar del 25 al 30 por ciento de la población mundial.

### El papel que desempeña el gobierno

Si se presenta una pandemia de gripe, Salud Pública será responsable de emitir información y advertencias al público, y de trabajar con los medios de información para difundir consejos sobre cómo evitar el contagio. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos ([www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)), el sitio web consolidado del gobierno federal sobre gripe pandémica ([www.pandemicflu.gov](http://www.pandemicflu.gov)) y la Organización Mundial de la Salud ([www.who.org](http://www.who.org)) son buenas fuentes de información acerca de la gripe pandémica.

A nivel local, el Departamento de Salud Pública del condado de Los Angeles ([www.lapublichealth.org](http://www.lapublichealth.org)) y el Departamento de Servicios de Salud del estado de California ([www.dhs.ca.gov](http://www.dhs.ca.gov)) también cuentan con excelentes recursos. Usted debe saber cómo comunicarse con el Departamento de Salud Pública del condado de Los Angeles para informar sobre casos de gripe, y quién, dentro del departamento, publicará instrucciones oficiales en caso de una pandemia.

Para obtener más información, llame al condado de Los Angeles al (800) 427-8700.

O bien, visite [www.lapublichealth.org](http://www.lapublichealth.org)



[www.lapublichealth.org](http://www.lapublichealth.org)



# No es la gripe común y corriente



Lo que las organizaciones religiosas y comunitarias necesitan saber acerca de la **gripe pandémica**



COUNTY OF LOS ANGELES  
**Public Health**

This publication was supported by Grant/Cooperative Agreement Number U90CCU817012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.



**La clave sobre las diferencias entre la gripe anual y la gripe pandémica**

| Gripe anual  | Gripe pandémica   |
|--|---|
| Se presenta cada año durante los meses de invierno.  | Ha ocurrido tres veces (1918, 1957, 1968) en el siglo pasado, y puede acontecer en cualquier estación del año. Puede presentarse en "olas" de actividad gripal con meses de separación entre una y otra.  |
| Afecta del 5 al 20 por ciento de la población de los Estados Unidos.   | Los expertos predicen una tasa de infección del 25 al 50 por ciento de la población, dependiendo de la gravedad de la cepa viral.   |
| La mayoría de la gente se recupera en una o dos semanas.   | Se suele asociar con una gravedad superior de enfermedad y, en consecuencia, un mayor riesgo de muerte.   |
| Las defunciones se limitan generalmente a los grupos "de riesgo", como son los ancianos (personas mayores de 65 años); los bebés (niños entre 6 y 23 meses); las personas con problemas médicos como enfermedades pulmonares, diabetes, cáncer y problemas renales o cardíacos; y las personas con una deficiencia en el sistema inmunológico. | Todos los grupos de cualquier edad tienen riesgo de infección, no sólo los grupos "de riesgo". Los adultos que en otras circunstancias estarían en buenas condiciones podrían tener un riesgo relativamente mayor, según los patrones de epidemias anteriores. Por ejemplo, los adultos menores de 35 años (un segmento clave de la fuerza laboral de los Estados Unidos) se vieron afectados de manera desproporcionada durante la pandemia de 1918. |
| La vacuna es efectiva porque la cepa viral en circulación cada invierno puede predecirse con bastante seguridad.   | Al inicio de una pandemia, es posible que no se cuente con una vacuna contra la gripe pandémica. Las nuevas cepas virales deben identificarse con precisión, y la preparación de una vacuna eficaz puede tardar seis meses.   |
| Generalmente, se pueden obtener medicamentos antivirales para quienes tienen un mayor riesgo de enfermedades graves.   | El suministro de medicamentos antivirales puede estar limitado, y su eficacia sólo se conocerá en forma definitiva cuando la pandemia se presente.  |

# Lo que usted puede hacer:

## Una lista de verificación para ayudarlo a prepararse y responder

El Departamento de Salud Pública del condado de Los Angeles ha resumido en una lista de verificación, elaborada por el gobierno federal, las medidas que usted puede tomar ahora a fin de prepararse para una gripe pandémica. Recuerde que la implementación de muchas de las estrategias requiere tiempo.

- ❖ Determine el posible efecto de una pandemia en las actividades y los servicios normales de su organización. Tomando en cuenta las altas tasas de ausentismo o cierres obligatorios, considere las circunstancias que puedan requerir que su organización aumente, disminuya o cambie los servicios que brinda.
- ❖ Identifique las funciones esenciales de su organización y las personas que desempeñan dichas funciones. Capacite a su personal y voluntarios en varios puestos de modo que, si alguien se enferma, los demás puedan llevar a cabo el trabajo.
- ❖ Haga planes según el caso para interrupciones de los servicios gubernamentales esenciales como son desecho de drenaje y basura, suministro de agua, electricidad, transporte o alimentos. Por ejemplo, los empleados y voluntarios pueden preparar un plan de contingencia para compartir el uso de vehículos en caso de interrupciones en el transporte público.
- ❖ Actualice las políticas de ausencia por enfermedad, motivos familiares y médicos de modo que el personal no se vea perjudicado por una enfermedad personal o por el cuidado de familiares enfermos durante una pandemia. Los voluntarios y empleados deben permanecer en casa hasta que estén bien.
- ❖ Determine si los voluntarios y el personal cuentan con "habilidades diversas" como son atención de enfermería o asesoría de salud mental que podrían usarse durante una crisis de salud, y dé a conocer esta información al Departamento de Salud Pública del condado de Los Angeles. Salud Pública estará trabajando en la compilación de listas de personas en la comunidad que puedan ser llamadas para ayudar durante una emergencia de salud.
- ❖ Evalúe las actividades y servicios de su organización que implican contacto cercano de personas, incluidos cuidado de niños, cuidado de ancianos y ritos religiosos, especialmente los que requieren sostener la mano de otra persona o compartir alimentos o bebidas de platos o vasos comunes. Establezca políticas para modificar estas actividades con el fin de prevenir la propagación de la gripe pandémica y comuníquelas a su personal, voluntarios y personas a las que atiende.
- ❖ Determine los suministros necesarios para fomentar una higiene respiratoria y las medidas apropiadas para toser, como son el uso de pañuelos y productos desinfectantes para las manos a base de alcohol, y prepare un plan para obtenerlos.
- ❖ Dé a conocer la información acerca de los preparativos y la respuesta ante una pandemia a los voluntarios, personal, congregantes y personas que atiende. Considere la organización de cadenas telefónicas, distribución de volantes y envío masivo de mensajes por correo electrónico para transmitir su mensaje. Durante momentos de ansiedad, la gente recurre a las personas en que confían, de modo que la comunicación clara y frecuente es esencial.
- ❖ Asegúrese de que el mensaje que comunique acerca de la preparación para una pandemia sea adecuado para las culturas, idiomas y niveles de lectura de las personas a quienes se dirige. Identifique a las personas con necesidades especiales, y asegúrese de incluir sus necesidades al planificar los preparativos y la respuesta.

*El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos ha preparado una lista de verificación completa para las personas y familias a fin de planificar en caso de una pandemia, y se encuentra en [www.pandemicflu.gov](http://www.pandemicflu.gov).*



**Una gripe pandémica letal puede devastar nuestras comunidades**

*"Las pandemias suceden a nivel mundial pero deben ser controladas a nivel estatal y local... La preparación funciona y puede salvar vidas".*

— Mike Leavitt, Secretario del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, 12-01-06

**Precauciones de sentido común para prevenir la propagación de la gripe**

- ❖ Todas las gripes, la gripe pandémica incluida, son causadas por un virus que infecta nariz, garganta y pulmones. Generalmente, se transmite de una persona a otra cuando una persona infectada tose o estornuda.
- ❖ Una vacuna eficaz contra la gripe pandémica, cuando está disponible, es la mejor manera de prevenir la enfermedad.
- ❖ Para combatir la gripe anual, los grupos de alto riesgo deben aplicarse la vacuna. Incluso las personas que no se encuentran en las categorías de alto riesgo deben vacunarse contra la gripe, si hay vacunas suficientes, en especial quienes trabajan en la atención médica.

**También pueden ayudar las siguientes precauciones sencillas, de sentido común. Éstas son recomendaciones del CDC que debe dar a conocer a sus empleados, voluntarios y personas a las que atiende.**

- ❖ Lávese las manos a menudo para protegerse y proteger a los demás contra gérmenes. Si no hay agua y jabón, use geles o toallas desechables desinfectantes a base de alcohol para frotarse las manos.
- ❖ Evite tocarse ojos, nariz o boca. Los gérmenes suelen transmitirse cuando una persona toca algo que está contaminado con gérmenes, y luego se toca ojos, nariz o boca.
- ❖ Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar. Si no tiene un pañuelo, use las mangas de su camisa para toser o estornudar, pero no las manos. Ayude a prevenir el contagio de las personas a su alrededor.
- ❖ Evite el contacto cercano con personas enfermas. Asimismo, si usted está enfermo, manténgase alejado de otros para protegerlos contra la enfermedad.
- ❖ Permanezca en casa si está enfermo o tiene síntomas de gripe. Descanse mucho y consulte a su médico.
- ❖ Practique otros hábitos para una buena salud. Duerma mucho, manténgase físicamente activo, controle el estrés, beba suficientes líquidos y coma alimentos nutritivos. Evite fumar, ya que eso puede aumentar el riesgo de consecuencias graves si se enferma de gripe.